

The logo for ASHLINE, featuring the words "ASH" and "LINE" stacked vertically in a bold, white, sans-serif font. The text is contained within a white speech bubble shape with a tail pointing towards the top-left corner. The background of the entire page is a close-up photograph of a woman's face in profile, looking towards the left, with a soft, natural lighting.






**ASH
LINE**

**PUEDES DEJAR DE
FUMAR. TE PODEMOS
AYUDAR.**

**¿Estás en proceso de
recuperación o vives con una
condición de salud conductual?**

Dejar el tabaco puede mejorar la
depresión, la ansiedad y el estrés.

ASHLINE PROPORCIONA:

-  Apoyo gratuito y confidencial.
-  Asesoramiento en vivo las 24 horas.
-  Teléfono o mensaje de texto.
-  Herramientas y recursos en línea.
-  Parches, chicles o pastillas de nicotina.



**Llama a la línea de ayuda para
fumadores de Arizona al 1-800-55-66-222
o regístrate en [ASHLine.org](https://www.ASHLine.org)**